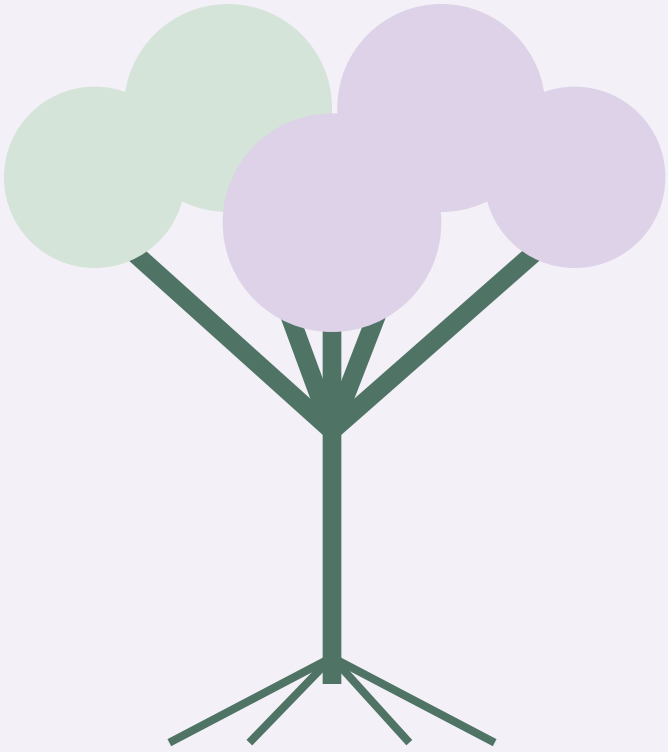
Infancias seguras

Comprender los ACEs y fortalecer la resiliencia

Pequeñas acciones. Relaciones de apoyo.
Más posibilidades para cada niño.



Carmina Veytia

Edición en español | 26 páginas | De 0 a 6 años

carveyteach.com • carveyteach@gmail.com

MUESTRA GRATIS - 6 PAGINAS SELECCIONADAS / GUIA COMPLETA: 26 PAGINAS

ACEs: experiencias, no identidades

Las experiencias adversas en la infancia (ACEs) son experiencias potencialmente traumáticas antes de los 18 años. Incluyen abuso, negligencia, violencia y alteraciones del hogar que afectan la seguridad o los vínculos. Otras adversidades, como vivienda inestable, también importan. [1]

Usa palabras respetuosas y concretas

Describe lo ocurrido o el apoyo necesario. Evita llamar disfuncional a una familia o dañado a un niño. La estructura familiar, un diagnóstico o recibir ayuda pública no cuentan la historia de un niño.

Un cambio práctico

En lugar de “Este niño tiene ACEs”, intenta “Este niño necesita una llegada predecible y un adulto que cumpla lo acordado”. Puedes apoyar sin recopilar una historia de trauma.

Reescribe una etiqueta como una necesidad observable:

Ningún niño es responsable de la adversidad que vive. [4]

Corregulación: apoyar antes de enseñar

La corregulación combina una relación cálida, un ambiente de apoyo y ayuda para practicar habilidades. Los adultos ajustan el apoyo al desarrollo del niño. [7]

Una práctica original de cuatro pasos

1. Revisa la seguridad. Reduce riesgos inmediatos y mantén la supervisión del grupo.
2. Acércate con calma. Respeta una distancia cómoda. Usa menos palabras.
3. Ofrece apoyo. “Estoy aquí. Puedes sentarte cerca o estar junto al estante”.
4. Enseña después. Cuando esté listo, practica una habilidad útil.

Ofrece contacto físico solo si es bien recibido y apropiado. No exijas contacto visual, abrazos, disculpas ni ejercicios de respiración para dar consuelo.

Palabras que puedo decir en un momento difícil:

Palabras que conectan y ponen límites

Golpear

“Estás molesto. No voy a permitir que pegues. Vamos a un lugar con más espacio”. Protege a los niños y después enseña una forma segura de pedir ayuda.

Rechazar una transición

“Es difícil dejar de jugar. Primero zapatos, después afuera. Elige los rojos o los azules”. Ofrece solo opciones que realmente estén disponibles.

Llorar al despedirse

“Extrañas a tu adulto. Estaré cerca. Podemos mirar la foto de tu familia”. No prometas que dejará de llorar enseguida.

Reparar después de un error adulto

“Hablé demasiado fuerte. Fue mi error. Voy a intentarlo con voz más tranquila”. Reparar no elimina la responsabilidad de cambiar el patrón.

Mi límite respetuoso:

MUESTRA GRATIS - 6 PAGINAS SELECCIONADAS / GUIA COMPLETA: 26 PAGINAS

Caso práctico: la despedida de Sofía

Situación ficticia. Sofía, de tres años, empezó a llegar con otro adulto. En la despedida se agarra de la puerta, llora y rechaza el desayuno. Cuando dibuja cerca de una educadora conocida, se integra al juego. No sabes por qué cambió la llegada.

1. Registra lo observado, sin adivinar una causa.

2. Planea un apoyo para la llegada y una pregunta respetuosa.

Respuesta posible: mantener al mismo adulto de saludo cuando sea viable, mostrar una secuencia breve y ofrecer dibujo cerca. Pregunta a la familia qué despedida es conocida. Es una opción, no un diagnóstico ni una solución garantizada.

3. ¿Qué te indicará si el apoyo ayuda?

MUESTRA GRATIS - 6 PAGINAS SELECCIONADAS / GUIA COMPLETA: 26 PAGINAS

Revisar tu ambiente

Marca cada punto: Ya existe / Probar después / Necesito ayuda. Elige una prioridad en lugar de cambiar todo a la vez.

Relaciones

[ ] Un adulto conocido recibe a cada niño.
[ ] El consuelo no depende de mirar a los ojos ni del contacto físico.
[ ] Se respetan nombres e idiomas familiares.

Previsibilidad y acceso

[ ] Los niños pueden ver lo que sigue.
[ ] Adaptamos espera, ruido y materiales.
[ ] Hay pausas acompañadas sin aislamiento.
[ ] Los apoyos incluyen distintas necesidades de comunicación.

Sistemas de apoyo adulto

[ ] El personal conoce seguridad y reportes.
[ ] Hay un plan realista de relevo.
[ ] Registros y conversaciones familiares son privados.

Mi prioridad / primer paso / persona que puede ayudar: